



カフェスタイルのデイサービス4月オープン!

初めてデイサービスを利用する方
ADLの低下が気になりはじめた方
一般的なデイサービスに抵抗がある方へ

カフェスタイルのデイサービス **Café & Reha** 静岡千代田

OPEN!

2021/4月



最も安心できるカフェで、
くつろぎのひと時を



感性にささやく五感の生活。
目指したものは本当の豊かさ、
その生活は家族、友人との思い出を
新たに育みます。



五感の生活

The Mature Life with Five Senses



居心地のいいカフェで
自分らしい過ごし方

- ✓ おいしいカフェランチ
- ✓ ゆったりと本を読める
ブックコーナー
- ✓ 友人との楽しい会話
- ✓ 自分のペースで
心地よく流れる時間
- ✓ 大人のくつろげる
上質な空間づくり

要介護状態になるとADLの低下と共に外出・外食する機会が減少し、社会性を失ってしまうという相談が寄せられます。特にコロナ禍の現在、それは顕著です。そこで、最高水準のコロナ対策で安心を提供しながら、よりリアルな一般社会での外食形態を導入したカフェスタイルのデイサービスCafé & Rehaをオープンさせて頂きました。

Café & Reha は、弊社サービス理念である「五感の生活」を実現したサービスであり、地域社会の中での良好な人間関係を築き社会性を維持することができるよう、お客様にとって安心で上質な心地よい空間を提供いたします。

人生における大きな楽しみの一つである食事

Café & Rehaでは、多くのメニューから自分の食べたいものを毎日その場で選んで頂けます。こだわりのコーヒーやケーキなどもオープンカフェで召し上がることもできます。要介護状態になる前と全く変わらない上質な生活をお楽しみいただけます。



Café & Reha

静岡千代田 デイサービス

〒420-0801

静岡市葵区東千代田1丁目7-12

サービス提供時間/9:30~16:35 定員/18人

お問合せ
はこちら **0120-810-964**



内覧会3月25日〜31日(予約受付開始)

中面に
続く

前はコロナ禍で少なくなりがち運動と認知機能の関係について取り上げました。そこで、認知症を予防する幾つかの方法として二重課題をご紹介します。頂きました。

今回からは2回に分けて、運動が体の痛みや情動に及ぼす影響について、取り上げたいと思います。今回は①運動と体の痛みについて、次回は②運動と情動の関係について取り上げていきたいと思っています。

◇運動と体の痛みについて

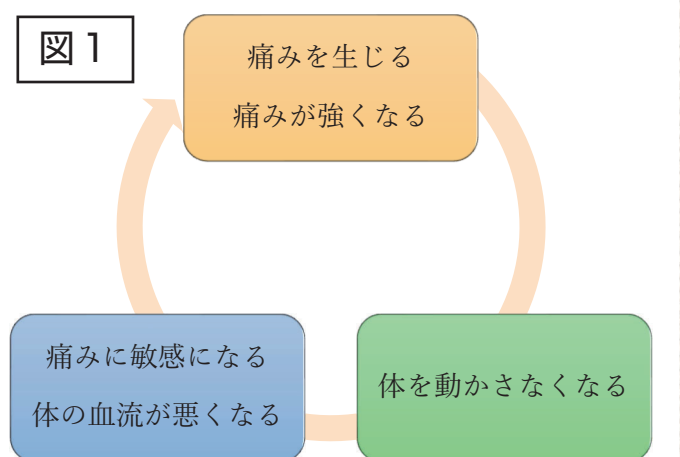
体の痛みには一般的な腰や膝などの関節や筋肉の痛み、その他にも坐骨神経痛のような神経の痛みなど様々なものがあります。これらの痛みは関節や神経ではなく、全て「脳」で感じていると言われています。世の中には痛みを感じにくい人、感じやすい人がいらっしゃいますが、それは「脳」の痛みに対する敏感さが人それぞれ異なるため、そのような差が生まれてきます。痛みはどんな方でも出来れば感じたくない感覚だと思っています。

では痛みを感じにくくするためには、どうしたら良いのでしょうか？痛みを感じにくくするための一因として「適度な運動」が挙げられます。その他には薬（鎮痛薬）で脳の痛みに関する敏感さを鈍らせ、痛みを感じにくくする方法などもあります。

適度な運動と痛みに関する研究では、体を動かさない時間が増えると「脳」が痛みに対して敏感になってしまい、関節痛など体の痛みを感じやすくなったり、痛みが強くなってしまったりと言われています。一般的に痛みを生じると図1のような負の連鎖が働きやすくなってしまいうため、注意しましょう。

また反対に適度な運動を行うと、痛みを抑制する神経回路を活性化させることができます。つまり適度な運動を行う事で体を鍛えるだけでなく、痛みを抑制する神経回路も鍛えることができるイメージです。

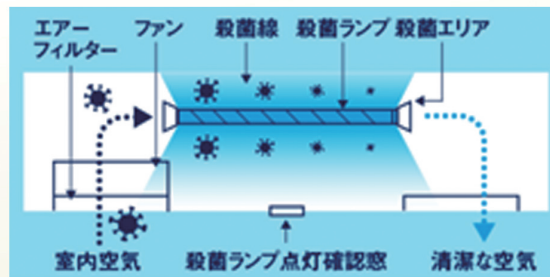
また肩こりなどの筋肉の疲労やコリから生じる痛みに関しては、筋肉を動かし血流を良くすることで、痛みを緩和する事が出来ます。



最高水準の新型コロナ対策

空気の清浄度向上のためのジョキーン導入

ジョキーンとは室内空気を循環させ殺菌灯を照射し、浮遊細菌を除菌します。また、必要換気量（一人当たり毎時30m³）を実現する設備。



CO2センサーで換気をみえる化

厚労省の定める良好な換気状態の基準1000ppmよりさらに低い800ppm以下を保つようCO2センサーを導入し、換気を管理しています。



フルオープンサッシで換気と解放感を感じるカフェスタイル

換気はもちろんのことフロアをテラスまで延長して、のびやかな空間を生み出します。テラス席でコーヒーを飲みながら開放的な時間と空間をお楽しみください。



「しっかりと生活リハビリ」 & 「リラクゼーションで快適」 安心、快適で充実した一日をお過ごしいただけます。

日常生活動作の中でリハビリする 生活リハビリ

- 理学療法士による個別プログラムを作成します。
- ご本人様のそれまでの仕事や趣味をもとに、社会参加や役割の創出を目指して目標を設定、プログラムを作成します。
- 生活リハビリの経過は姿勢測定器などを使用して数値化。目や感覚では分かりにくいリハビリの成果を視覚化することで実感。さらなるリハビリに取り組む意欲向上を目指します。



心から安らげる ケアリラクゼーション

- 要支援・要介護状態で疲れた体を理学療法士指導のセラピストがほぐす、フット&ハンドリラクゼーション。
- 看護師によるフットケアでは爪のお手入れも。安全に歩行できるようサポートします。
- アロマオイルのフットバスは香りに癒され、足元から温まります。
- ホットパックは温熱効果で代謝を促進し、血管を拡張させる効果あり、筋肉や腰の痛みなどを和らげる効果があるとされています。



脳梗塞専門マンツーマンリハビリ施設

理学療法士によるマンツーマン90分のリハビリを通じ、60日間で改善を目指す100%自費のリハビリ施設、脳梗塞リハビリBOT静岡 静岡店と連携。お客様の希望に向け、改善まで徹底的に寄り添います。



脳梗塞リハビリ BOT静岡

— Best Outcome Therapy —

連携

急性期・回復期

病院・老健

回復サポート期

脳梗塞リハビリ BOT静岡

維持期

Café & Reha 静岡千代田 デイサービス

退院・退所後のリハビリ継続を連携してサポート



さらなる改善を望む方には「身体的機能面の改善にコミットする脳梗塞リハビリ」と併用することで、お客様の「生きがい」を創ります。



Café & Reha 静岡千代田 デイサービス

お問合せはこちら

0120-810-964



アクタガワ beyond

感性にささやく五感の生活

正月

松は神様が宿ると思われてきた常磐木の中でも「祀る」につながる樹木であることや、古来中国でも生命力、不老長寿、繁栄の象徴とされてきたことなどもあり、日本でもおめでたい樹として、年の初めに山から下りて来られる歳神様を迎え入れる印とされています。



〈ハートライフ押切〉



七草

正月七日を「七日正月」といい、朝食に七草を入れたお粥を食べて「七草の祝い」をします。この祝いは江戸時代には五節句のひとつ「人日の節句」として重要なものでした。

粥に入れる七草は、せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろの七種で、春の七草と呼ばれます。野に咲く若菜を食し、自然界から新しい生命力を得ることで無病息災と長寿を願います。

〈プレミアムハートライフ千代田〉



小正月

元日を中心とした正月（大正月）に対して、1月15日を小正月といっています。

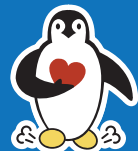
小正月には、餅や団子を小さく丸めたものを木の枝につけて豊作を祈る習わしがあります。この飾り物を餅花（もちばな）といいます。

また、この日はどんど焼きといって、神社で正月飾りや古いお札などを燃やします。その火で焼いたお餅などを食べると無病息災で過ごせるといわれています。

〈プレミアムハートライフ大岩〉



ぺんぎん食堂



2月

恵方巻といなり寿司
鰯みぞれ煮と厚焼き玉子
白菜と人参のお浸し
温奴のかにあんかけ
五目豆煮・澄まし汁
生フルーツ

